Dial cogido en Marín (PO)  
87.8 Cope Vigo   
88.1 Radio Maria Vigo )   
88.3 RNE Clasica (Monte Castrove)   
88.7 Europa FM (Vigo)   
89.1 CUARENTA Pontevedra   
89.4 Ondas de Vida (Radio Amistad) (Vigo)  
89.6 CAD-100 (Vilagarcía-Rias Bajas)  
89.9 Sí Radio (Rianxo)  
90.1 RNE 1 (VIgo)  
90.4 (Pirata) (Por aquí se dieron a conocer Fede o del Olmo entre otos)  
90.8 Radio Galega Musica (Vigo)  
91.1 Radio Lider (Vigo)  
91.4 Cadena Dial Pontevedra  
92.1 RNE Clasica (Vigo)  
92.4 Radio Galega Ribeira  
93.1 Radiovoz Pontevedra  
93.8 Hit FM Pontevedra  
94.0 Kiss Fm Vigo   
94.3 esRadio Pontevedra (tiene poca potencia y apenas se oye)  
94.6 RNE 3 Pontevedra  
94.9 Radio Local de Redondela (se coge a veces)  
95.3 Onda Cero Pontevedra-Salnés-Morrazo  
95.6 Radio Arosa (Cadena Ser)  
96.0 RNE 5 Todo Noticias (Vigo)  
96.2 Radio Galega (Vigo)  
96.5 Cadena 100 Vigo  
96.9 Dial Vigo  
97.1 Cope Santiago  
97.4 RNE 3 Vigo  
97.8 MAXIMAFM Pontevedra  
98.7 Radio Pontevedra  
99.4 Cuarenta Vigo  
100.0 Radio Galega PO  
100.3 Radio Lider Pontevedra (le suben y bajan la potencia constantemente)  
100.6 Radio Vigo Cadena Ser  
100.9 Radio Galega Monte Xesteiras (llega a SCQ y a PO)  
101.4 Radio Galega Musica  
101.7 Radio Poio (Asociada a Sí Radio)  
102.3 Radio Galega Bueu-Redondela  
102.6 Radio Amistad Pontevedra  
102.9 Radio Nacional Pontevedra  
103.2 Radio Maria Pontevedra  
104.3 RNE 5 Todo Noticias Pontevedra  
104.7 MAXIMAFM vigo  
105.1 M80RADIO Pontevedra  
105.4 ONDA CERO VIgo-Morrazo Sur  
105.7 COPE LAS RIAS (Noia-Ribeira)  
106.0 VIARADIO Pontevedra  
106.4 Cope Pontevedra  
106.9 Punto Radio Pontevedra (Fue la frecuencia de Ondacero de toda la vida hasta que la luisito se la quitó)  
107.7 Si Radio Morrazo/Radio Estrada (se anula una a la otra)  
107.9 Radio Líder O Salnés (Antigua Radio Municipal Do Salnes)